ROK II. Nr. 13.

# MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY-PRZEZ-POLSKIE-TOWARZYSTWO-PEDJATRYCZNE

*PIERWSZY ZESZYT LIPCOWY 1928 R.*





OGRÓDEK NA DACHU ŻŁOBKA DLA NIEMOWLĄT W BERLINIE

# KILKA SŁÓW O LETNICH BIEGUNKACH U NIEMOWLĄT

Statystyka zgonów wykazuje, że szósta ich część przypada na niemowlęta. Przy dokładniejszem analizowaniu tej statystki widać, że śmiertelność niemowlęca osiąga najwyższe liczby w miesiącach letnich w związku z masowem występowaniem w tym czasie t. zw. letnich biegunek. Tym właśnie biegunkom chcę poświęcić kilka słów.

Biegunki letnie są wyrazem zaburzeń w czynności przewodu pokarmowego. Występują one, jak to sama nazwa wskazuje, głównie latem i wyróżniają się od innych tego rodzaju cierpień swojem masowem zjawianiem się i niekiedy gwałtownością przebiegu. Lud nazywa cięższe postacie letnich biegunek „choleryną“ (przez podobieństwo ich do cholery). Nazwa ta, zresztą bardzo trafna, najlepiej świadczy o gwałtowności przebiegu i jednocześnie ciężkości sprawy. Biegunki letnie są tem groźniejsze w swych skutkach, im młodsze dziecko na nie zapada.

Aby móc uchronić nasze dzieci od tych biegunek, trzeba znać ich przyczyny. Otóż muszę podkreślić, że wśród przyczyn letnich biegunek najgłówniejsza rola przypada czynnikowi djetetycznemu. Wszelkie uchybienia djetetyczne u niemowlęcia są tym bodźcem, który w największym stopniu sprzyja powstawaniu letnich biegunek. Z nich zaś na czoło wysuwa się pozbawienie niemowlęcia piersi matki. Nasze społeczeństwo, szczególnie zaś sfery inteligenckie, nie docenia jeszcze w całej pełni szkodliwości sztucznego odżywiania. A jednak jest niezbitym faktem, że letnie biegunki dziesiątkują głównie dzieci żywione sztucznie. Karmione piersią, jeśli zapadają, to przeważnie na lekkie postacie tych biegunek.

Szkodliwość mleka krowiego zależy przedewszystkiem od tego, że jest ono niefizjologiczne, to znaczy niedopasowane dla gatunku ludzkiego. Mleko krowie ze swym odmiennym składem chemicznym, pozbawione całego szeregu zaczynów i ciał odpornościowych, nie jest w stanie zamienić dziecku pokarmu matczynego i odrazu je stawia w sytuacji wadliwie żywionego. Do tego dochodzi łatwość zanieczyszczenia mleka, fałszowania go, częstokroć wadliwy sposób przygotowywania i przetrzymywania mieszanek. Widzimy więc, że powodów do zrobienia mleka niezdatnem do użytku jest dużo, tem bardziej latem, gdy warunki do rozmnażania bakteryj w mleku są niezwykle sprzyjające.

Aby sobie ułatwić zadanie w artykule niniejszym, już w poprzednim numerze poruszyłem zagadnienie mleka na wsi i wskazałem, co można robić, aby przy odżywianiu

sztucznem zapewnić dziecku maximum bezpieczeństwa.

Ten jednak fakt, że na letnie biegunki zapadają i ewentualnie giną od nich głównie dzieci żywione sztucznie, powinien powstrzymać matki od zbyt pochopnego odstawiania dzieci od piersi, szczególnie w porze letniej. Warto jest przytem zapamiętać, że nawet nieduże ilości pokarmu, ograniczające się do kilku łyżeczek, nie są dla dziecka bez znaczenia, gdyż ułatwiają mu normalne trawienie, normalną przemianę materji i czynią niemowlę odporniejszem na cały szereg chorób zakaźnych.

Aby zakończyć omawianie czynnika djetetycznego, chcę zwrócić uwagę matek jeszcze na jedną okoliczność. Wiele matek nie liczy się zupełnie z tym faktem, że dzieci w lecie dla swego normalnego rozwoju wymagają mniej pożywienia, niż w zimie. Dlatego też należy unikać podawania dzieciom nadmiernych ilości pożywienia, czyto naturalnego, czy też, co może gorsze w skutkach, sztucznego.

Poza decydującym w powstawaniu letnich biegunek u niemowląt czynnikiem djetetycznym gra jeszcze dość znaczną rolę cały szereg pomocniczych. A więc wadliwa pielęgnacja i niedostateczne przestrzeganie zasad higjeny. Latem w czasie upałów najszkodliwszem jest tak zwane przegrzewanie dziecka. Powoduje je zwykle zbyt ciepłe ubranie dziecka, trzymanie go w poduszce, niewynoszenie na powietrze. Dziecko chowane w tych warunkach zatraca swoje siły odpornościowe i robi się skłonne do biegunek nawet wtedy, gdy zdawałoby się ma dostateczną obronę w karmieniu naturalnem. Wniosek stąd płynący sprowadzałby się do rady, aby wszystkie wymagania higjeny były przestrzegane z jak największym pedantyzmem.

Jako zasadę powinniśmy przyjąć, że zdrowie dziecka jest wypadkową całego szeregu czynników — z jednej strony jego właściwości osobniczych, z drugiej zaś bodźców zewnętrznych — jak prawidłowe odżywianie, odpowiednia pielęgnacja, warunki higjeniczne i tym podobne. Najmniejsze ryzyko jest dla zdrowia danego dziecka wtedy, gdy wszystkie zewnętrzne warunki są bez zarzutu.

Ostatnim czynnikiem, który może powodować biegunki u niemowląt są choroby zakaźne. A więc każdy katar nosa, angina i t. p., przebiegające z gorączką, mogą być przyczyną biegunki. Wprawdzie latem tego rodzaju cierpień jest mniej niż na jesieni, lub na wiosnę, jednakże od czasu do czasu spotyka się je, a szkodliwe działanie ich może ulec wzmożeniu, czy dzięki wadliwemu odżywianiu, czy też przegrzewaniu.

Na zakończenie chcę zaznaczyć, że zdrowie dziecka w znacznym stopniu znajduje się w ręku matki. Racjonalne odżywianie niemowlęcia, przestrzeganie z całą ścisłością zasad higjeny, zabezpieczenie go od chorób zakaźnych może uczynić z biegunek letnich zjawisko należące do historji, jak widzimy zresztą na materjale dobrze prowadzonych stacyj opieki nad niemowlętami.

*Dr. R. Barański.*

# CO ROBIĆ W RAZIE WYSTĄPIENIA BIEGUNKI PRZED PRZYBYCIEM LEKARZA

Miesiące letnie nacechowane są częstością występowania biegunek zarówno u niemowląt, jak i u starszych dzieci.

W wieku niemowlęcym najczęstszą przyczyną niestrawności bywa złe odżywianie, przegrzanie, wreszcie czynnik zakaźny, który wywołuje biegunkę. Co się tyczy tego ostatniego czynnika, to nie chodzi tylko o pewne specjalne zarazki, sadowiące się w przewodzie pokarmowym, lecz o wszelkie cierpienia, przebiegające z podniesioną ciepłotą (zapalenie gardła, zapalenie oskrzeli, zapalene płuc, grypa i t. p.), osłabiające organizm dziecięcy i tą drogą zmniejszające jego odporność.

W wieku starszym prócz powyższych czynników, które odgrywają nadal pewną rolę, aczkolwiek mniejszą, dochodzi jako częsty moment wywołujący biegunkę, spożycie surowych, czasem niedojrzałych owoców, ogórków i t. p.

Wreszcie jedną z najważniejszych przyczyn biegunki są choroby zakaźne przewodu pokarmowego jak czerwonka, dur i inne.

Pojawienie się częstych wolnych stolców, którym niejednokrotnie towarzyszą wymioty, budzi zrozumiały lęk w matce zwłaszcza wtedy, gdy nie ma ona możności zasięgnięcia fachowej porady lekarza.

Rozpoczyna się wtedy stosowanie szeregu środków domowych częstokroć niewinnych, mogących jednak w pewnych razach wywołać niepożądane skutki. W większości wypadków daje się olej rycynowy lub czekoladki przeczyszczające, które po większej części nie odnoszą żadnego skutku, gdyż dziecko je zwraca.

Częstokroć skutecznego działania brak przez niezachowanie odpowiedniej djety. Wówczas podaje się dziecku drugi, trzeci, środek czyszczący, które powodują jedynie maksymalne osłabienie dziecka, nie osiągając natomiast oczekiwanego celu.

Zniecierpliwiona brakiem poprawy matka, stosuje lewatywy, które przy ostrej biegunce nie osiągają żadnego skutku, zarówno z czystej wody, jak z rumianku, a nawet taniny, lub innych środków leczniczych. Nic błędniejszego zaś, jak stosowanie bez porady lekarza środków wstrzymujących jak opium, kropli Inoziemcowa, lub innych podobnych preparatów leczniczych.

Nigdy nie należy zapominać, iż dla stosowania środków leczniczych musi istnieć właściwe wskazanie, które ustalić może jedynie — lekarz.

Do jego przybycia należy powstrzymywać się od wszelkich zabiegów, które pomagają wtedy, gdy są we właściwym momencie zastosowane.

Najwłaściwszem postępowaniem leczniczem do chwili przybycia lekarza jest **głodówka.**

Kilkunastogodzinna przerwa w przyjmowaniu pokarmów działa znakomicie zwłaszcza w wieku niemowlęcym. Często już po kilku godzinach ustępują wymioty, dziecko uspokaja się, w miarę zaś opróżnienia się jelit z ich zawartości, uspakajają się ruchy robaczkowe kiszek, a wraz z tem ustaje biegunka.

Nawet dobę trwająca głodówka (nie dłuższa jednak) nigdy nie powoduje żadnej szkody, a wielokrotnie działa b. pomyślnie na przewód pokarmowy. Pamiętać tylko należy o podawaniu dostatecznej ilości płynów, (rumianku, herbaty) koniecznej dla prawidłowej przemiany wodnej. Nieszkodliwą jest rzeczą podawanie dziecku w czasie głodówki rzadkich kleików.

W razie wymiotów podawanie płynów jest utrudnione i rzeczą wezwanego lekarza jest zabezpieczenie pacjenta przed wysuszeniem.

Poza głodówką, drugim zabiegiem pożądanym, który można wykonać przed przybyciem lekarza, jest okład rozgrzewający na brzuch. Równomierne ciepło powoduje ustąpienie bólów, zmniejsza często wzdęcie powłok brzusznych i tą drogą wpływa na uspokojenie się dziecka.

W myśl starej zasady primum non nocere powstrzymać się należy z wszelkiemi innemi zabiegami do chwili przybycia lekarza.

*Dr. P. Baumryter.*

# CZY I KIEDY STRZYC DZIECKO

W chwili obecnej wobec lata kwestja strzyżenia włosów u dzieci jest bardziej aktualna, niż kiedyindziej. Wśród matek daje się zauważyć w tej sprawie 2 poglądy. Jedne strzygą swe dzieci na lato, głównie ze względów na higjenę i wygodę dziecka, duża jednak część matek boi się „szpecić“ dziecko, szczególnie jeśli chodzi o dziewczynkę. Jak widzimy, w tej drugiej grupie przeważają względy kosmetyczne. Wobec rozbieżności w poglądach zastanówmy się trochę nad tą kwestją.

Dziecko rodzi się zwykle z główką pokrytą puszystemi, nieraz wijącemi się włoskami, które jednak przez pocieranie o poduszkę, a niekiedy samoistnie, dość szybko wychodzą. Miejsce tych delikatnych włosków zajmują włosy nieco grubsze i silniejsze, które pozostają na dłużej. W tym najpierwszym okresie strzyżenie główki jest zbyteczne. Wyjątek stanowią te maleństwa, u których na główce tworzą się zlewające się strupki lub t. zw. ciemieniucha. Po ostrzyżeniu bowiem łatwiej jest zastosować czy to okład z oliwy, względne przepisaną maść. U dzieci starszych wszystkie choroby skórne, umiejscowione na główce, również leczą się najlepiej po uprzedniem ostrzyżenu głowy.

Naogół przy strzyżeniu zdrowej główki liczymy się z następującemi względami — wiekiem dziecka, jego płcią oraz porą roku.

Jeśli chodzi o wiek dziecka, to wątpliwości przy strzyżeniu włosów mogą się jedynie nasuwać w pierwszym roku życia. Właściwie tych wątpliwości nie powinno być. Dziecko przed rokiem może być strzyżone z takiem samem powodzeniem jak i starsze dzieci. Decyduje o tem przedewszystkiem długość włosów. A więc włoski dłuższe utrudniające mycie główki, sprzyjające poceniu się jej, powinny być ostrzyżone. Specjalnie jest to wskazane na lato. Włosy od tego tylko zyskują. Płeć niemowlęcia, rzecz zrozumiała, o tych przypadkach nie wchodzi w rachubę.

Śród starszych dzieci chłopców należy strzyc krótko, by główka mogła być w lecie codziennie myta. Jest to konieczne ze względu na charakter zabaw i żywy temperament chłopięcy, który sprzyja zabrudzeniu i zakurzeniu skóry na głowie. By zadowolić próżność mateczki można nad czołem zostawić nieco dłuższą grzywkę, a resztę włosów ostrzyc maszynką na 0. Asystująca przy tej operacji mama, niech zwróci tylko uwagę na to, czy fryzjer maszynkę do strzyżenia jej synka należycie wydezynfekował zapomocą płomyka lampki gazowej. Jest to konieczne ze względu na łatwość szerzenia się chorób pasorzytniczych u dzieci, drogą grzebieni i maszynek fryzjera. — Po ostrzyżeniu nastąpi umycie główki ciepłą wodą z dodaniem boraksu.

Dziewczynki należy również strzyc w lece, nie do skóry jednak, gdyż to je oszpeci, lecz możliwie krótko, zostawiając dłuższą jedynie grzywkę, względnie pęk włosów zboku. Pęk ten, zwinięty w lok i opatrzony motylem — wstążką da nam całość estetyczną i wdzięczną. Przy podgalaniu karczku znów uwaga na czystość fryzjera, dezynfekcję maszynki, a następnie wytarcie karczku wódką i przypudrowanie czystym ryżowym pudrem, celem uniknięcia podrażnienia i spryszczenia. — Grzebień należy do fryzjera nosić własny, gdyż zakładowy jest zwykle siedliskiem kurzu, tłuszczu i rozsadnikiem bakteryj.

Co się tyczy pory roku, w której się główkę dziecku strzyże, to dodam, że u dzieci mocnych nie gra ona żadnej roli, dzieci słabe należy strzyc krótko tylko na lato. Zimą lepiej jest, gdy główka dziecka ma naturalną osłonę przed wiatrem i zimnem w swych lokach, które grzeją znakomicie.

*Dr. J. Mozołowska.*



# DZIECKO W CZASIE SNU

Utarło się to już niemal, że sen dziecka, zwłaszcza rozgrymaszonego lub zbyt żywego, jest niejako wyzwoleniem się matki czy niańki od nadzoru nad niem i z tego niestety powodu, nieraz usypia się dziecko nawet w porze niestosownej dla niego, by módz wyjść z domu, przyjąć gości, spokojnie poczytać i t. p..

Do tego sztucznego usypiania dzieci, służą rozmaite metody, jak monotonny śpiew (kołysanka), kołysanie, opowiadanie bajek, sugestja snu, nakarmianie, a rzadziej już (na szczęście) podawanie narkotyku lub alkoholu.

Takie wywołanie snu, „na zawołanie" ma czasem potem dla dziecka bardzo złe skutki, a niejednokrotnie powoduje bezsenność nocną i zdenerwowanie. Przedewszystkiem jednak **każda matka powinna pamiętać o tem, że w czasie snu dziecko potrzebuje także nieraz opieki, a dalej, że wiele chorób czy objawów obserwować można najlepej w czasie snu dziecka.**

Samo się przez się rozumie, że nadzór taki jest wprost koniecznym w internatach, żłobkach i zakładach leczniczych i dobroczynnych, to jest wszędzie tam, gdzie w jednej sali śpi kilka lub kilkanaście dzieci razem. Tu koniecznym jest dozór i przy zasypianiu na zachowanie się dzieci, (onanizm i t.p.) Bardzo często nawet lekarz poleca matce, by obserwowała dziecko w czasie jego snu, bo z relacji tej nieraz wyciągnąć można bardzo poważne wnioski.

Tak np. z otworu ust w czasie snu i sapania, poznajemy obecność trzeciego migdałka, zgrzytanie zębami zdarza się przy robakach. Ważną jest też pozycja dziecka wśród snu (przy moczeniu nocnem unikanie położenia nawznak), trzymanie rąk, typ oddechu, pocenie się, cera, zachowanie się oczu i t. d. Niektóre drgawki występują w czase snu, a inne znów, istniejące za dnia (np. taniec św. Wita, pląsawica) w czasie snu ustępują.

Najważniejszem jednak, bo bardzo przykrem zboczeniem, jest tak zwany strach nocny dzieci.

Występuje on głównie u dzieci pomiędzy 4 — 7 rokiem życia, natomiast powyżej tego wieku należy do rzadkości.

Dziecko cierpiące na to zboczenie, zrywa się nagle ze spokojnego snu zwykle koło północy z zaczerwienioną i spoconą twarzą, wzrokiem błędnym, biciem serca i przyśpieszonem oddechem, przyczem krzyczy lub wymawia pojedyńcze wyrazy, na pytania nie odpowiada i nie reaguje. Trwa taki atak do 20 minut, poczem dziecko przychodzi do siebie i zasypia spokojnie. Zwykle wydarza się to raz na noc, rzadko kilka razy i wtedy jest to już niepokojące.

Strach nocny występuje głównie u dzieci z rodzin nerwowych (nieraz jest dziedziczny).

Ciekawy jest fakt, że dotąd nie obserwowano nigdy strachu nocnego u dzieci ślepych, co dowodziłoby, że wielką rolę odgrywają tu wzrokowe senne marzenia.

Przyczyniają się do ataków: straszenie dzieci, opowiadanie wieczorem bajek o zbójach, straszydłach, alkohol i t. p. Łączy się z tem kwestja snów, czyli sennych marzeń dzieci. Nie ulega wątpliwości, że dzieci przez sen marzą, lecz dopiero koło 4 roku życia pamiętają sny i opowiadają je matce. Tłem marzeń są głównie obrazy wzrokowe (zabawki, zwierzęta) rzadziej już wrażenia słuchowe ew. innych zmysłów. Często dziecko we śnie robi minki, uśmiecha się lub naodwrót marszczy czoło, wzdycha, płacze. Jeżeli dodamy do tego możność wypadnięcia z łóżeczka lub kołyski (w razie braku siatki ochronnej) to wszystko razem powinno upomnieć matkę, by w czasie snu dziecka ona lub ktoś inny czywał nad dzieckiem, ew. od czasu do czasu sen ten kontrolował, zwłaszcza jeżeli dziecko jest nerwowe lub chore.

Naturalnie i długość snu jest ważna i dziecko do lat 10 spać powinno najmniej godzin 10, kłaść się wczas spać, mieć wśród snu absolutny spokój i na noc pobierać posiłek lekki i to nie w łóżeczku tuż przed spaniem, lecz najmniej na 1 — 2 godzin przed zaśnięciem.

*Dr. Adolf Klęsk.*
(Kraków).

## ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1. **Pani Zofji Markiewiczowej z Orlińca:** Półtoraroczne dziecko Pani może już dostawać zupę szparagową. Zbyt tłuste jedzenie jest niepożądane, zwłaszcza w lecie. W myśl tej zasady nie trzeba się uciekać do takich posiłków jak bita śmietana z cukrem.

2. **Pani Irenie Dąbrowskiej z Ż...wa:** Przedewszystkiem należy dziecku strzyc włosy krótko maszynką.

3. **Pani Alinie Sapieżko z Janowicz:** Wielka szkoda, że 10-tygodniowa córeczka Pani jest żywiona sztucznie. W tej chwili powinna ona dostawać 6 x jeść o 6, 9, 12, 15, 18 i 21. Może nadal otrzymywać dawną mieszankę-mleko, woda w stosunku 2 : 1 + 1 łyżeczka od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki. Porcja jednorazowa jej wynosi 120 — 140 gr. Wodę w mieszance można zamienić na klej owsiany.

4. **Pani Aleksandrze Kubickiej:** Jeden z takich artykułów już znajduje się w opracowaniu. Jednak ukaże się on w druku dopiero po wyczerpaniu materjału letniego. W każdymbądź razie jesteśmy b. ciekawi dowiedzieć się, z jaką mianowicie wadą przemiany materji, ma Pani do czynienia u Jej córeczki.

5. **Pani Zofji Rutkowskiej:** Mamy wrażenie, że 7½ miesięczna có-

reczka Pani jeszcze nie siedzi z powodu przebytej wcześniej sprawy krzywiczej. Jednak wobec dobrego stanu dziecka w chwili obecnej nic w tem złego nie widzimy. Radzilibyśmy usunąć z djety dziecka ze względu na lato zasmażkę, wprowadzając zamiast tego porcję kaszy na mleku, oraz ograniczyć poszczególną porcję jej jedzenia do 180 gr. Poza tem robi Pani wszystko, co potrzeba.

6. **Prenumeratorce M. T.;** Przekrzywieniu główki na stałe łatwo zapobiec. Trzeba tylko nie zapominać „poprawiać" położenie główki w czasie snu dziecka, a przy noszeniu we dnie zainteresować je w ten sposób, aby dziecko samo wykonywało ruch w przeciwnym kierunku.

# O CZYNNIKU PRACY I ZABAWY W ŻYCIU DZIECKA

### Z CYKLU: WYCHOWANIE CZŁOWIEKA.

II.

Przy wychowaniu dziecka bardzo już wcześnie musi matka mieć na uwadze, że celem życia i najistotniejszą jego treścią jest praca i że w tym kierunku należy dziecko odrazu prowadzić. Dziecko jest z natury żywe i ruchliwe; trudno je okiełzać, tak że dziecko staje się nieraz utrapieniem domu, a matka, nie umiejąc sobie z niem poradzić, wymyśla mu coraz to nowe zabawy. Najlepszą jednak na to radą jest, by jak najwcześniej wciągnąć dzieci w tryb pracy domowej.

Dziecko bardzo lubi „pomagać", więc z matką lub służącą niechaj rano sprząta, idzie z nią po zakupy, nosi coś w małym koszyczku, pomaga przy składaniu i noszeniu drzewa; gdy trochę starsze—samo schodzi na dół i w najbliższym sklepiku załatwia jakiś sprawunek — zresztą trudno wyliczyć to mnóstwo rzekomych lub też istotnych drobnych posług, które dziecko oddać może. Gdy mieszka na wsi ma niesłychaną skalę zajęć w ogrodzie, w polu, w lesie, w stajni — ale i w mieście zarówno w domu ubogim jak i zamożnym znajdzie się dla dziecka dużo rozmaitego zajęcia. Przedewszystkiem powinno ono, gdy tylko trochę podrośnie, o ile możności samo wszystko koło siebie robić i obywać się bez pomocy innych. Samo się ubierać, słać łóżko, sprzątać za sobą, przynosić, wynosić i t. d. — słowem od najwcześniejszej chwili nauczyć się pracować i pojmować pracę jako konieczność życiową. Nie mówimy tu o tej wielkiej masie dzieci, które od maleństwa żyją w nędzy i w pracy ponad wiek ciężkiej, ani o tych dzieciach bardzo bogatych, wzrastających w zupełnej nieznajomości pracy i którym się niczem nie

wolno utrudzić. Ale matka nawet niezbyt zamożna sądzi, że dziecku trzeba z drogi wszystko usuwać, że ona choćby spracowana i znękana, powinna dziecku we wszystkiem usłużyć i wszystko za nie zrobić. Nie zastanawia się taka matka dziecko nierozumnie kochająca, że czyni je nieszczęśliwem na całe życie. Zabija w niem zupełnie wszelką samodzielność i zaradność życiową i stawia je odrazu jako człowieka w tem niekorzystnem położeniu, że musi kiedyś przegrać każdy wyścig do życiowej mety z tymi, którzy są sprawniejsi i lepiej przygotowani.

Ale to jeszcze mało. Matki nietylko chciałyby usunąć dziecku wszelki trud, lecz uważają, że dziecko powinno się ciągle bawić, że zabawa i przyjemność to cel życia dziecinnego. Dziecko dostaje np. ciągle nowe zabawki, bo stare mu się już „znudziły". Ależ znudziły mu się tylko dlatego, że dziecko nauczono, że ono ciągle musi mieć coś nowego. Ono samo chętnieby się bawiło byle gałgankiem lub klockiem, bo w fantazji dorabia sobie z tego lalki, dzieci, koleje i mosty. Jeżeli dzieci potrafią się bawić tylko nowemi zabawkami, to temu winni są jedynie dorośli, którzy psują dzieci przez ciągłe nowe podarki.

Takim samym błędem pedagogicznym jest branie paroletnich dzieci do kina i rodzice pewnie mają już niebylejakie wyobrażenia o swojej pedagogji, jeśli wybierają programy „stosowne". Dziecko jednak bez kina może się doskonale obejść, bo ono silnych i egzotycznych wrażeń kina wcale nie potrzebuje. Sporty i zabawa na wolnem powietrzu, spacer za miasto, a z tem połączony widok pól, lasów, wody, słońca i nieba najzupełniej dziecku kino zastąpią. Każdy krok wśród przyrody lub po mieście daje dziecku niewyczerpaną sposobność poznania czegoś nowego i jest dla niego nowem przeżyciem. Oczywiście, że starsi powinni zwracać uwagę dziecka na piękno przyrody, na znaczenie rozmaitych jej płodów, na pożyteczne urządzenia w mieście i t. d., a nie rozmawiać między sobą, lub myślą bujać gdzieindziej, ciągnąc za sobą dziecko jak pieska na linewce.

Założenie, że dziecko nie powinno się niczem trudzić i żyć tylko w wygodzie i przyjemności, ma w rezultacie wynik ten, że dziecko starsze, a później młodzież jest ciągle znudzona, nie rozumie sensu i przyjemności życia i ma pełno pretensyj do świata. Życie z przyjemności się nie składa — cóż zrobić jednak z tą nieszczęsną kategorją ludzi, którym od dzieciństwa ciągle tylko przyjemności i rozrywek dostarczano. Każdą pracę i każdy obowiązek uważają za rzecz nudną, spełnianą tylko z musu i od niechcenia. Nie należy w wychowaniu dzieci zapominać o rzeczy bardzo ważnej mianowicie, że życie tylko w pogoni za przyjemnościami prowadzi niechybnie do niesłychanej nudy i że przyjemność można odczuć w całej pełni tylko po pracy. Ładnie to sformułował Goethe: „Tages Arbeit, Abends Gäste; saure Wochen, frohe Feste" (Za dnia praca, wieczorem goście;

ciężkie tygodnie, radosne niedziele). Przyjemność sama w sobie będąca celem, znudzi się rychło i wymaga bodźców silniejszych, aby ją można było odczuć. Radość musi tkwić w człowieku samym, aby mu się zabawa udać mogła. Musi kochać życie, a nie zabawę, a trwałe przywiązanie do życia polega jedynie na czynnem w niem współdziałaniu — czyli na pracy wykonywanej z zamiłowaniem i dającej zadowolenie.

W tem wszystkiem jest jedna wielka trudność, by matka właśnie tak, a nie inaczej sens życia pojmowała; by dla niej samej odmiana, zabawa, suknia, słowem tylko polor zewnętrzny nie był istotną treścią życia — aby zrozumiała sama dobrze co w życiu jest najważniejsze, istotnie zasadnicze. Jakżeżby inaczej mogla dać dziecku coś, czego sama nie posiada!

Chcąc wychować człowieka — samemu trzeba być człowiekiem a nie „wietrzną istotą i puchem marnym". Trzeba sobie koniecznie uświadomić i zawsze mieć przed oczami, że treścią życia jest czynny udział w ogólnej pracy; że od dzieciństwa trzeba być do tej pracy przygotowanym, aby jej sprostać; że tylko praca jest źródłem radości i zadowolenia.

Każda matka dziś już chyba rozumie, że nie wolno dziecka opychać słodyczami, ale należy mu podawać strawę prostą, posilną i zdrową. Niechaj zrozumie, że taką strawą w życiu moralnem jest praca, że do niej przedewszystkiem należy dziecko odrazu przyzwyczaić. Przyjemność, tak samo jak słodycze, można podawać tylko na deser.

*Rozalja Altenberg.*

# WYSTAWA „KOBIETA I DZIECKO"

Warunki gospodarcze zmieniły stanowisko kobiety: nie wystarcza być „kapłanką domowego ogniska" i wychowawczynią swego dziecka. Walka o byt zmusiła kobietę do szukania zarobku, by opędzić wraz z mężem wydatki prowadzenia domu. Mężczyzna w zubożałem państwie sam jeden obowiązkom tym podołać nie może, to też państwo w zamian za to, że kobietę zaprzęgło do ciężkiej taczki zarobkowania, ma obowiązek dopomożenia jej w wychowaniu dziecka na takiego człowieka, jakim by go ona, matka, widzieć chciała, a jakiby dla społeczeństwa był pożyteczny.

W celu uświadomienia wszystkich, co państwa dla dzieci robią i co by robić należało, jakie są naturalne warunki rozwoju dzieci i jak potrzeby życia do nich przystosować, zorganizował Wiedeń wystawę „Kobieta i dziecko" (Frau und Kind).

Z inicjatywy Austrjackiego tow. popierania zdrowia i niemieckiego muzeum higjeny w Dreznie, powstała wystawa, obejmująca wszystkie działy tyczące się kobiety i dziecka. Za pomocą tablic, przezroczy, figur,

rzeźb, obrazów przedstawiono powstanie człowieka, prawo dziedziczności, higjenę, potrzeby, warunki istnienia. Rozwój dziecka, warunki w jakich żyje i żyło ułożono systematycznie, rozmieszczając pokazy w dwóch wielkich pawilonach, starając się przytem nie nauczać liczbami, a o wszystkiem wysoce artystycznie wykonanemi obrazami, rzeźbami, odlewami z gipsu i t. p. Zobrazowano życie nietylko naszego europejskiego dziecka, ale też i dziecka rozmaitych ludów niecywilizowanych. Zmodelowano matki eskimoski z zaszytem w skórę renifera nieniemowlęciem; indjankę, która wędruje z maleństwem umocowanem na plecach w noszach, przepięknie haftowanych paciorkami; Polineskę, ochraniającą palmowemi liśćmi kołyskę z łyka, gdzie kwili jej małe. Wszędzie jedna miłość matczyna.

Pamiętano też o matce zwierzęciu: gady, ptaki, ssaki jak żywią, chronią swe potomstwo — i tu to samo: troska o małe, żeby mu dobrze było.

Nasze stulecie nie jest, jak je egoistycznie nazwano „stuleciem dziecka“, a „stuleciem dzieci“, bo nietylko zależy rodzicom na swem dziecku, lecz państwu całemu na wszystkich w jego granicach urodzonych. Zająć się ono powinno przyszłem pokoleniem jeszcze przed jego urodzeniem i w tym celu zorganizowało porady dla ciężarnych, pomoc dla położnych i t. p.

Uważając, że pokarm matki jest jedynem, naturalnem i słusznem pożywieniem dla noworodka, postarano się o wykazanie jak zorganizować zajęcie kobiety, by mogła go wykarmić. Jakie dać potem dziecku pożywienie, wiele, jakie mleko być powinno, czem mleko zastąpić? Zdawałoby się, gdy przechodzimy przez te zbytkownie urządzone pawilony i przyglądamy się tam rozmieszczonym tablicom i okazom, że to wymagane: powietrze, czystość, lekkie ubranie i trochę pożywienia jest tak niewiele, że czyżby je każda matka sama niemowlęciu swemu nie mogła dostarczyć? Jednakże inne tablice wykazują brak nawet tego „niewiele“; ciasnotę, brud, ubóstwo nędzarzy.

Szpitale i kliniki profesorów Pirqueta, Spitza, Molla, Krausa i wielu innych znakomitości świata naukowo - lekarskiego, mające za pacjentkę kobietę lub dziecko, dalej tablice statystyczne, modele sanatorjum, kas chorych i t.p. zajmują całe duże piętro. Obok mieszczą się pokazy instytutów: patologicznego, embriologicznego, anatomicznego uniwersytetu wiedeńskiego. Z materjału w nich zebranego uwidacznia się z jaką pracowitością przygotowywano wystawę, nie szczędząc przytem pracy i pieniędzy.

Dział Opieki społecznej państwa Austrjackiego podzielono na: I — choroby zakaźne, II — Ruchy ludności: narodziny, śmiertelność, choroby. III — Dziedziczność. IV — Wykresy tyczące środków żywności na zawartość witamin. V — Porównania cen najważniejszych produktów spożywczych ostatniego 50 lecia.

Szeroko uwzględniono dział historyczny medycyny. Na pierwszym planie pomoc dla położonych przez wszystkie stulecia: ustawiono oryginalne krzesła dla rodzących, zabrano z muzeów i ułożono rozmaite amulety, fetysze i dziwaczne grozą przejmujące instrumenty. W dziale tym na ścianach rozwieszono pierwsze druki, plakaty o szczepieniu ospy i t. p. Zobrazowano też historję łóżka, począwszy od łóżka - ławy, przechodząc przez wspaniałe, pompatyczne łoża z baldachimami, aż do dzisiejszych skomplikowanych łóżek - szaf i łóżek - foteli. Przechodząc koło tych starych i nowych sprzętów, mamy całokształt jak się wytwarzała i jakie przechodziła okresy potrzeba wygody.

Międzynarodowy Komitet Pomocy Dzieciom w Genewie wykazuje, że od 1926 r. wydano fr. szw. 100 miljonów na pomoc i wyżywienie dzieci po wojnie. Znalazłam tam i wyliczenie wiele komitet kosztowały dzieci polskie. Wiedeń korzysta dotychczas z pomocy dla 230 dzieci.

Dział Opieki Społecznej m. Wiednia zajmuje jeden z głównych pawilonów. Pod hasłem, że „to co robi się dla dziecka i jego matki, każdego obchodzić powinno", odzwierciadla w sposób wspaniały działalność tutejszego samorządu. Opisanie tej działalności, zapewne najlepiej w Europie postawionej opieki społecznej, pozostawiam do przyszłego razu, opis jej, przekroczyłby znacznie rozmiary tej korespondencji.

# KUCHNIA NIEMOWLĘCA

## SOKI SEZONOWE

### SOK Z MARCHEWKI.

Wziąć: parę młodych marchewek z gatunku „karotka".

1. Odciąć od marchewek nać, oskrobać ze skórki i opłókać.

2. Opłókane marchewki utrzeć na drobnej tarce.

3. Utartą masę włożyć do płóciennego woreczka.

4. Woreczek z masą mocno ugniatać, aby wycisnąć jak najwięcej soku, lub też możemy utartą masę przetrzeć przez gęste sito, a następnie przecedzić przez płótno, aby nie było w soku stałych części marchewki.

### SOK Z POZIOMEK

Wziąć:

1 — 2 czubate stołowe łyżki suchych niepogniecionych poziomek.

1. Opłókać poziomki w wodzie, aby usunąć z nich piasek, a następnie osuszyć na sicie.

2. Wsypać poziomki do gęstego, mocnego płóciennego woreczka.

3. Woreczek z poziomkami położyć na miseczkę, lub do garnuszka i mocno ugniatając poziomki, wyciskać z nich sok.

4. Uważać, aby przy wygniataniu nie przeszły przez płótno małe, ciemne pesteczki.

5. Gdyby w soku pokazały się małe, ciemne punkciki, należy sok przecedzić przez płótno.

SOK Z CZEREŚNI

1. Bierzemy 1 — 2 czubate, stołowe łyżki dojrzałych czereśni (najlepiej już bez ogonków).

2. Oberwawszy ogonki od czereśni, płóczemy te ostatnie w wodzie i osuszamy na sicie.

3. Wysuszone czereśnie drylujemy t. j. wyjmujemy z nich pestki.

4. Wydrylowane czereśnie wygniatamy w specjalnym przyrządzie do przecierania kartofli.

5. Po wyciśnięciu, sok z czereśni cedzimy przez płótno, aby nie było w nim części stałych.

Uwagi:

1. Podobnie do soku z marchwi przygotowujemy sok z młodych buraczków lub kalarepy.

2. Soki kwaskowe w miarę potrzeby trochę słodzimy.

3. Wszystkie soki podajemy w stanie surowym.

4. Soki podajemy niemowlęciu poczynając od 2-go kwartału życia.

5. Podawanie soku zaczynamy od jednej łyżeczki od herbaty dziennie i stopniowo dochodzimy do 6 łyżeczek w końcu pierwszego półrocza, a do 8, lub nawet 10 łyżeczek w końcu pierwszego roku.

6. Soki lepiej jest przygotowywać za każdym razem do każdego spożycia, nigdy zaś w większej ilości na zapas.

7. Owoce na soki staramy się kupować bezpośrednio u ogrodnika.

*Lucyna*

## NASZA FORMA BIBUŁKOWA



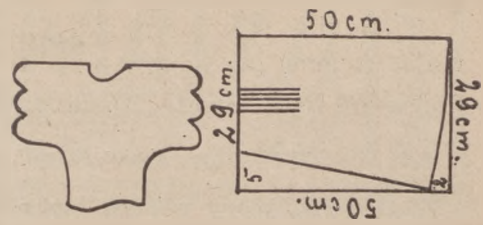
SUKIENECZKA.

Sukieneczkę, której wzór i fason podajemy przy niniejszym numerze „Mł. Matki", przeznaczamy dla dziecka w drugiem półroczu jego życia. Szyjemy ją z lekkiej flanelki, kretonu, marrocain bawełnianego, lub wełenki łatwej do prania. Na sukieneczkę bierzemy 116 cm. materjału pojedyńczego, a połowę tej ilości podwójnego.

Pojedyńczy materjał składamy na połowę i otrzymujemy prostokąt. Załączoną formę karczka przykładamy do krótszego boku prostokąta i zsuwamy ją do samego

brzegu materjału, pamiętając jednocześnie, że załączona forma jest tylko połową karczka. Przypinamy szpilkami formę do materjału i wykrawamy.

Pozostały materjał zużywamy na spódniczkę. Aby nadać jej pewien fason, odmierzamy z każdego boku po 5 cm. (patrz rys.) przeprowadzamy prostą linję do dolnych kątów, wtedy utworzy się klinek, który odcinamy. Długość spódniczki powinna wynosić 50 cm. Dół spódniczki cyrklujemy przez odcięcie z każdego boku do stracenia ku środkowi po 2 cm. (patrz. rys.). W podwójnym materjale karczek przypinamy do strony złożenia materjału.




Karczek i rękawki zakończyć możemy zębami, które dziergamy kolorową bawełną, lub włóczką, i na których wyszywamy dla ozdoby jakiś deseń, lub groszki.

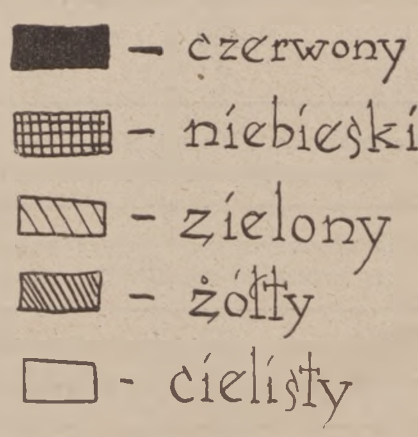
Dół spódniczki zakończamy szerokim obrębkiem, falbanką, zakładkami, lub zębami. Spódniczkę do karczka przyszywamy pod zębami, ścieg maskujemy gałązką, lub wyszyciem.

*L. B.*

## SZLAK NA PARAWAN

Objaśnienie do tablicy robót dodanej do Nr. 12 „Młodej Matki".

Na parawaniku 3 skrzydłowym, pokrytym szarem płótnem dajemy u samej góry szlak wykonany aplikacją. Szlak ma szerokości 27 cm., a długość taką, jak szerokość skrzydła parawanika. Na każdem skrzydle powinny się mieścić 3 dziewczynki pod parasolkami. Szlak robimy koloru ciemno granatowego, a aplikację w kolorach:




Szlak i aplikacja z sukna, smugi deszczu robimy szarą nitką (Mouliné C. B.), przewlekając już gotową aplikację.

Z obu stron szlaku, u góry i u dołu, jako wykończenie dajemy z pod granatowego sukna wypustkę wąską na 3 mm. koloru zielonego. Parawanik ten będzie odpowiedni do pokoju dziewczynek.

*J. K.*

## SPROSTOWANIE.

W Nr. 10 dwut. „Młoda Matka“ w artykule p. t.. „Kilka słów w sprawie bielizny dla niemowląt“ został podany mylnie adres firmy **M. Alberti**, który winien brzmieć: **Warszawa, Marszałkowska Nr. 129.**



## OD REDAKCJI.

**W najbliższym czasie ukaże się w druku broszura prof. dr. Michałowicza p. t. „Powietrze, Słońce i Woda w Życiu Dziecka“. Broszura ta stanowić będzie drugi tom bibljoteki „Młodej Matki“.**


**Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.**
**Konto P. K. O. 14555.**

**Prenumeratę „Młodej Matki“ przyjmują wszystkie księgarnie i urzędy pocztowe w kraju oraz Administracja pisma w Warszawie, ul. Górnośląska 20.**

**Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.**

**Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej.**

Wydawca E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pelczyńska.

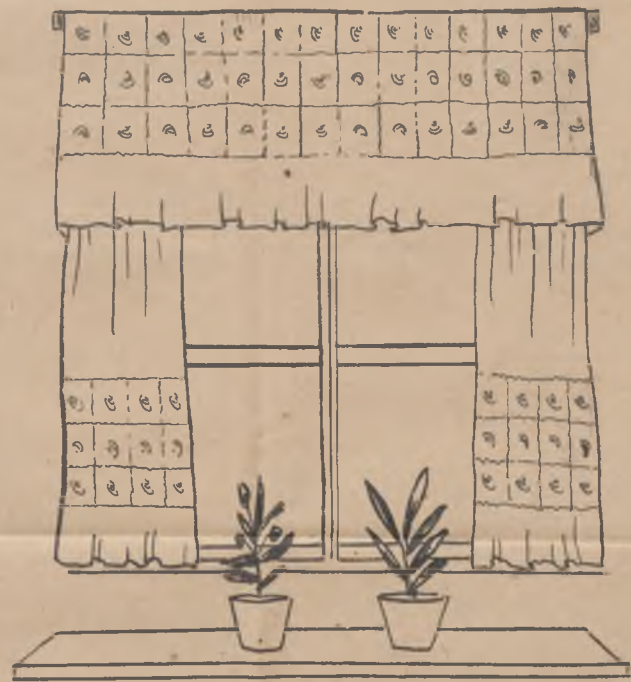
Drukarnia „Kobiety Współczesnej“, Marszałkowska 148.



# FIRANKA z OPALU

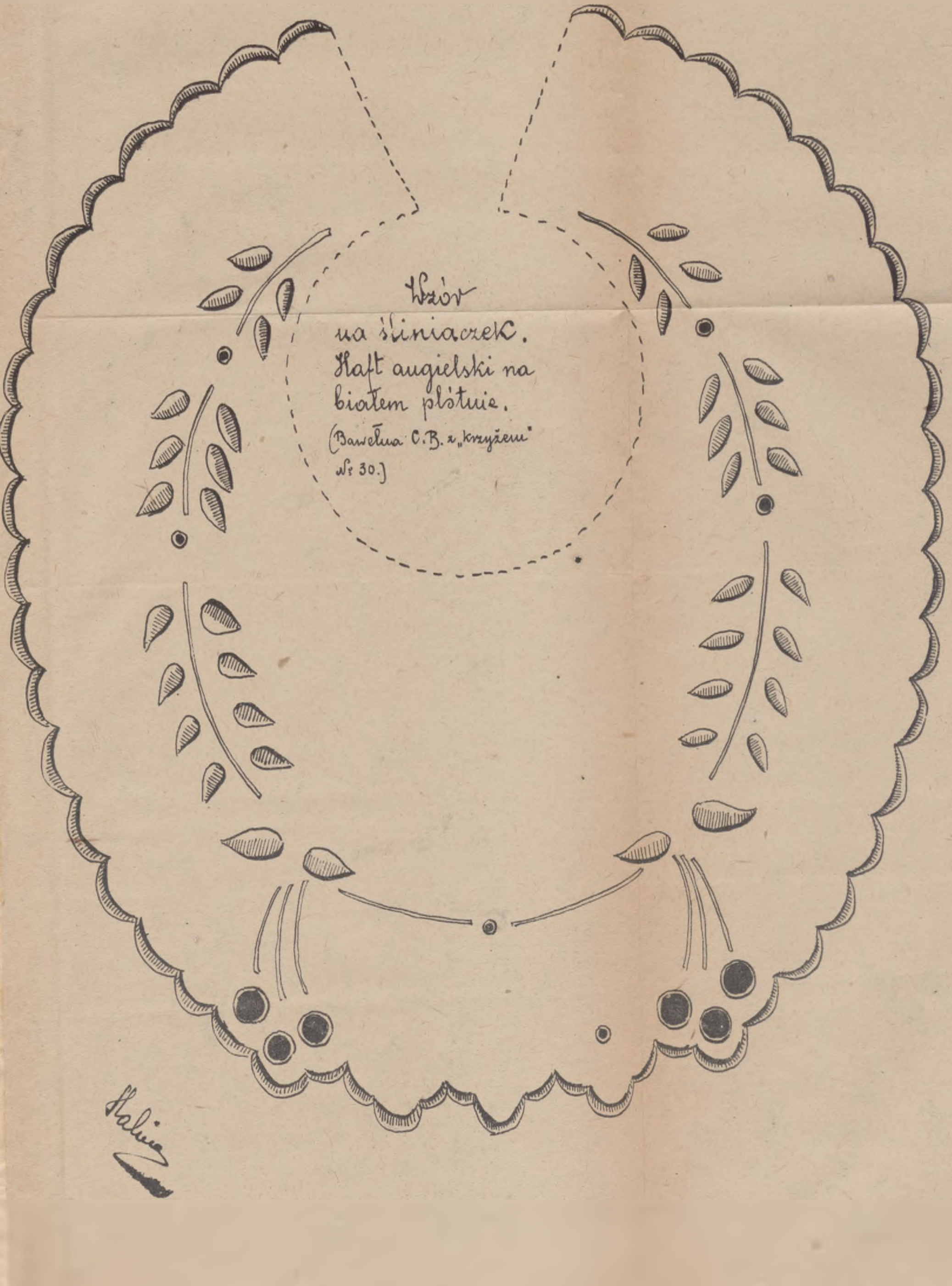
## ZROBIONA HAFTEM PŁASKIM

nici C·B· „bawełniczka"



Kolory nici: kratka - jasno zielona Nr 593
liście - ciemno zielone - Nr 595
kwiaty: ■ - czerwony Nr 90
▦ - niebieski Nr 585
▤ - żółty Nr 130

Jadwiga Korzeniowska
1928 r.


Wzór
na śliniaczek.
Haft angielski na
białem płótnie.
(Bawełna C.B. z „krzyżem"
№ 30.)
Halina


WZÓR
NA ŚLINIACZEK
HAFT BIELIZNIARSKI
(Państwowa Szkoła Przemysłowo-Handlowa
Żeńska im. E. Dmochowskiej w Wilnie).